

## ASILO NIDO COMUNE DI SANSEPOLCRO - CONSIGLI PER LA CENA

MENU' ESTIVO		lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1° SETTIMANA	pranzo	pasta in salsa rosata	pasta alla campagnola	riso pomodoro e basilico	pasta al pesto	riso in passato vegetale
		zucchine ripiene	fagioli freschi al pomodoro	prosciutto crudo o cotto	hamburger di tacchino	filetto di merluzzo al forno
		carote grattugiate	insalata mista	bietola all'agro	fagiolini lessi	patate-carote
	cena	<i>crema di verdura con orzo</i>	<i>farro in insalata con verdure</i>	<i>pasta integrale alle zucchine</i>	<i>minestrone di verdure</i>	<i>pasta olio e basilico</i>
		<i>pesce gratinato al forno</i>	<i>straccetti di maiale al limone</i>	<i>pesce alla livornese</i>	<i>stracchino</i>	<i>ceci lessi</i>
		<i>pomodorini al basilico</i>	<i>carote filangè</i>	<i>patate lesse</i>	<i>melanzane e pomodorini saltati</i>	<i>insalatina mista</i>
2° SETTIMANA	pranzo	riso in bianco	crema di verdura con crostini	pasta con piselli	passato di verdura con orzo	pasta al pomodoro
		petto di pollo alla salvia	pizza margherita	crocchette di pesce	arista al latte	frittata
		fagiolini al pomodoro	lattuga	zucchine trifolate	purè di patate	insalata mista
	cena	<i>pasta agli aromi</i>	<i>pasta integrale al pesto di zucchine</i>	<i>minestrina in brodo di carne</i>	<i>risotto allo zafferano</i>	<i>farro con pomodorini e olive</i>
		<i>seppioline con piselli</i>	<i>spiedini di manzo al limone</i>	<i>parmigiana di melanzane</i>	<i>caciotta fresca</i>	<i>pesce gratinato agli aromi</i>
		<i>verdurina cruda di stagione</i>	<i>carote al burro</i>	<i>lattuga</i>	<i>zucchine al prezzemolo</i>	<i>insalata mista</i>
3° SETTIMANA	pranzo	pasta al pesto	risotto con zucchine	passato di verdura con pastina	pasta pomodoro e basilico	pasta al ragù finto
		fagioli lessi	fesa di tacchino	prosciutto crudo o cotto	polpette di carne e patate	sogliola in salsa bianca
		pomodori in insalata	carote grattugiate	patate prezzemolate	bietola all'agro	zucchine trifolate
	cena	<i>crema di pomodoro con crostini</i>	<i>orzotto con piselli e prosciutto cotto</i>	<i>pasta integrale al pomodoro fresco e origano</i>	<i>minestrina in brodo vegetale</i>	<i>pappa al pomodoro</i>
		<i>crocchette di pesce</i>	<i>sformatino di verdure gratinate</i>	<i>cartoccio di pesce con verdure filangè</i>	<i>insalata di legumi e pomodorini</i>	<i>petto di pollo alla salvia</i>
		<i>spinaci saltati</i>	<i>lattuga</i>	<i>carote lesse</i>	<i>zucchine stufate</i>	<i>insalata mista</i>
4° SETTIMANA	pranzo	riso all'olio	crema di verdure fresche + riso	riso mantecato	pasta e piselli	passato di legumi + pastina
		frittata di verdure	svizzera al limone	palombo al pomodoro	mozzarella	pizza rossa
		carote lesse	purè di patate	fagioli lessi	insalata mista	lattuga
	cena	<i>pasta al pesto</i>	<i>pasta all'ortolana</i>	<i>bruschetta di pane integrale al pomodoro fresco e origano</i>	<i>crema di spinaci</i>	<i>risotto alle zucchine</i>
		<i>bocconcini di pesce panati</i>	<i>bocconcini di parmigiano</i>	<i>scaloppina di tacchino al latte</i>	<i>prosciutto cotto/crudo</i>	<i>pesce gratinato agli aromi</i>
		<i>pomodorini al basilico</i>	<i>bastoncini di carote in pinzimonio</i>	<i>insalatina mista</i>	<i>fagiolini al limone</i>	<i>patate arrosto</i>

